

Основы построения модельных характеристик в тхеквондо

Пашков И.Н.

Харьковская государственная академия физической культуры

Аннотация. Данное исследование направленно на определение основ построения модельных характеристик подготовленности тхеквондистов. Эффективность управления тренировочным процессом тхеквондистов повышается за счет использования новых модельных характеристик подготовленности спортсменов.

Ключевые слова: тхеквондо, модельные характеристики, подготовка, спортсмены.

В настоящее время есть немало разработок по созданию моделей спортивной подготовленности и моделей фрагментов тренировочного процесса. Методика построения моделей прогрессирует по мере обогащения исходной информационной базы (достоверной фактологической информации, необходимой для конструирования реалистических моделей), совершенствования конкретной специализированной методологии, использования современных компьютерных и иных средств построения, проверки и коррекции моделей. Но остается немало нерешенных проблем и непреодоленных трудностей. Особенно это относится к моделированию чрезвычайно сложной проблемы подготовки спортсмена к главным соревнованиям, которая осуществляется в процессе спортивных макроциклов [5, 9].

Моделирование спортивной подготовленности тхеквондистов необходимо осуществлять с помощью модельно-целевого подхода который включает определенный комплекс операций:

- моделирование параметров, предстоящих в данном макроцикле основной соревновательной деятельности с максимально возможным точным расчетом их спортивно-технического результата и парциальных (частных) характеристик;

- моделирование результативных сдвигов на уровне подготовленности спортсмена, которых необходимо достичь для гарантированного спортивного результата, то есть тот результат, в достижении которого будет внешне выражаться реализация цели, поставленной в данном макроцикле;

- систематизация состава подготовительных упражнений координационной направленности как основного комплекса средств реализации цели по критерию сходства или различия их параметров с

параметрами созданной модели соревновательной деятельности;

- моделирование динамики процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсмена по периодам и этапам макроцикла в масштабе реального времени с учетом установленных сроков основных соревнований и времени суток, регулирования и проявления оптимальной подготовленности к ним [1–9].

Совокупность этих операций позволит создать комплексную модель предстоящего спортивного макроцикла как его оптимизированный проект, основных тенденций соревновательной деятельности и планирования спортивной подготовленности спортсмена. Это осуществляется на материалах научно-практических данных, достоверно отображающих закономерные зависимости, а также с учетом фактических сведений о достижении конкретным спортсменом. Названные параметры составляют в совокупности проектировочную стадию рассматриваемого подхода моделирования [3, 4, 8].

По ходу реализации процесса моделирования встает необходимость вносить в него поправки. Это особенно касается тех случаев, когда спортивная подготовка строится в расчете на новое, еще не установленное достижение. Возникающие расхождения между спроектированными и реально складывающимися параметрами соревновательной деятельности выявляются на основе систематического комплексного контроля и осуществляются путем внесения поправок в исходный проект и нахождением способов усиления действенности средств спортивной подготовки [1–9].

Используя данные В. Н. Платонова [8] в процессе моделирования определяются следующие параметры:

- связь используемых модельных характеристик с задачами оперативного, текущего, повседневного, этапного контроля и управления;
- уровень детализации модельных характеристик в зависимости от количества параметров, которые в них входят и характер связи между отдельными компонентами;
- период действия модельных характеристик, границы их использования, порядок уточнения, заделы и замены.

В. Н. Платонов подчеркивает, что обобщенные модельные характеристики разных сторон подготовленности – эффективны при подготовке юных, а также взрослых спортсменов среднего уровня. Для высококвалифицированных спортсменов необходима разработка индивидуальных моделей подготовленности.

Моделирование позволяет определить состояние и оптимальные методы усовершенствования разных сторон подготовленности тхеквондистов и их взаимосвязи; спрогнозировать спортивный результат на определенный отрезок времени; обнаружить неиспользованные потенциальные возможности тхеквондистов; объективно проводить, контроль и тестирование и тем самым

кваліфіковано управляти ходом підготовки тхеквондиста на етапах багаторічної підготовки.

Література:

1. Арзютов Г. Н. Багаторічна підготовка в спортивних єдиноборствах. – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 1999. – 410 с.
2. Бабак Ю. М. Тхэквондо: Методика побудови тренувального процесу в початкових і навчально-тренувальних групах / Ю. М. Бабак, Е. А. Константинова, Ю. А. Волкова, І. Н. Пашков, А. В. Мутьєв Київ: 2010. – 96 с.
3. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого і юнацького спорту / Л. В. Волков. – К.: Олімпійська література, 2002. – 293 с.
4. Матвеев Л. П. Загальна теорія спорту і її прикладні аспекти / Л. П. Матвеев. – 4-е вид., випр. і доп. – СПб.: Видавництво «Лань», 2005. – 384 с.
5. Пашков І. Н. Моделювання змагальної навантаження в тренувальному процесі юних тхеквондистів / І. Н. Пашков // Слобожанський науково-спортивний вісник: збірник наукових статей. – Харків: ХДАФК, 2004. – № 7. – С. 91–94.
6. Пашков І. Н. Моделісні характеристики спеціальної фізичної підготовленості тхеквондистів 12–14 років / І. Н. Пашков // Слобожанський науково-спортивний вісник: збірник наукових статей. – Харків: ХДАФК, 2007. – № 11. – С. 79–82.
7. Пашков І. М. Рівний А. С. Ефективність змагальної діяльності спортсменів спеціалізації тхеквондо (ВТФ) / І. М. Пашков, А. С. Рівний // Слобожанський науково-спортивний вісник: збірник наукових статей. – Харків: ХДАФК, 2010. – № 4. – С. 60–63.
8. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія і її практичні застосування. / В. Н. Платонов. – К.: Олімпійська література, 2004. – 808 с.
9. Рівний А. С. Управління підготовкою тхеквондистів / А. С. Рівний, В. В. Романенко, І. Н. Пашков. – Х., 2013. – 312 с.
10. Рівний А. С. Сенсорні механізми управління точними рухами людини / А. С. Рівний. – Харків: ХДАФК, 2001. – 220 с.

Інформація про автора:

Пашков Ігорь Николаевич-

к.физ.восп., доцент

Харьковская государственная академия физической культуры

[http:// orcid.org/0000-0002-7569-2115](http://orcid.org/0000-0002-7569-2115)

Поступила в редакцию 10.05.2017 г.